

2025

まつどキャリアサポートデスク 8 就職支援セミナー

火・木・土
は無料相談
実施中!

Mon

Tue

Wed

Thu

Fri

Sat

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			7/31	1	2
			13:00-15:00 自分の困りごと 対策セミナー 〈自己理解編〉	13:00-15:00 自分の困りごと 対策セミナー 〈ワーク編〉	
4	5	6	7	8	9
10:00-12:00 働くことに不安を 感じている人の 第一歩 活動事例紹介	14:00-15:00 一般職業適性検査	10:00-12:00 ハローワーク出張相談 13:30-15:30 3DCAD体験会 & 説明会 千葉職業能力開発 短期大学校出張講座	10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 行動活性化セミナー 【公開】 13:30-15:30 非正規・無業から 正社員になるには 〈企業編〉 in ハローワーク5階		10:00-12:00 PC基礎講座(お) 13:00-15:00 PC基礎講座(お)
11	12	13	14	15	16
CLOSED		10:00-12:00 ハローワーク出張相談	10:00-12:00 ハローワーク出張相談		13:00-15:00 【コミュニティ】 先輩による 職業説明会 in 勤労会館2階
18	19	20	21	22	23
13:00-15:30 自己PRのコツ		10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-16:00 Excel実践講座	10:00-12:00 ハローワーク出張相談 【公開】 13:30-15:30 職業興味検査から 見えてくる適職探索 in ハローワーク5階	11:00-12:00 一般職業適性検査 16:30-18:00 興味から見つける やりたい仕事 in アティーズ元山	
25	26	27	28	29	30
	【公開】 10:00-12:00 企業説明会 in 勤労会館2階	10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 PC基礎講座(お) 13:00-15:00 PC基礎講座(お)	10:00-12:00 ハローワーク出張相談 10:00-12:00 不安・緊張の扱い方		

お申込み
お問合せ

まつどキャリアサポートデスク ☎ 090-3111-1450

まつどサポステ

松戸市松戸2060 松戸商工会議所別館2階

火・木・土(祝日休み)10:00~16:00



登録なしで参加OK公開セミナー

職業興味検査から 見えてくる適職探索

簡単な質問に答えるだけで、あなたの職業に対する興味の傾向や、自分に合う仕事が見えてきます。働き方を考えるヒントが見つかります。

非正規雇用・無業から 正社員になるには

漠然と求職を考えているあなた。正社員になるにはコツがあります。求人サイトの使い方、企業の選び方、志望動機の書き方等を学んでいきます。皆さんと一緒に考えるセミナーです。

企業説明会

オーケー(株)とクレシア物流(株)をお招きし、業界の話や募集している求人内容、企業理念などについてのお話を伺います。人事担当者から直接話を聞けるチャンスです。



PC・ITスキルアップ

PC基礎講座

Word, Excel, PowerPoint, それぞれ基礎と応用を自習形式で学べます。タッチタイピングから始めたい方や応募書類の作成サポートを受けたい方もOKです。

Excel実践講座

Microsoft officeのExcelを活用し授業のように皆で一斉に進めていきます。与えられた数値データを整理し分かりやすくまとめる実践講座です。USBの持参をお願いします。

キャリア関連セミナー

自分の困りごと対策セミナー

講師：就労移行支援事業所
ディーキャリア新松戸office
働く前の不安を解消するために、自己理解を深め職場での実践を学びます。
<自己理解編><ワーク編>があります

自己PRのコツ

自己PRって何を話せばいい？ そんな不安を解消します。応募者・面接官の両方を体験し、伝え方のコツをつかみます。声・姿勢・目線など印象アップのポイントも実践で練習します！

自己理解・コミュニケーションセミナー

働くことに不安を感じている人の第一歩

- はじめの第一歩事業からの活動事例 -

「働くことに不安がある」「イメージがわからない」など、最初の第一歩が不安だった方が、自分の得意を活かしてスタッフとなり、自信をつけたといった事例を紹介いたします。

行動活性化セミナー

落ち込む気持ちは、まず行動から見直してみましょう。じっくり生活に向き合い、見直すことで気持ちをコントロールします。すぐに実践できる方法を学びましょう！

不安・緊張の扱い方

人前で意見を言うと注目されている気がして…等の社交場面での困り事についての対処方法を学びます。

一般職業適性検査

いろいろな仕事に必要とされる代表的な能力を数値化して、自分に向いている職業の傾向を知るための検査です。どんな仕事に向いているのかを考えるヒントになります。

ハローワーク出張相談

サポステのキャリアコンサルタント等の専門家がハローワーク松戸出張して個別相談を行います。予約制ですが、空きがあればご相談可能ですので、ブースを覗いてみてください。お電話でご予約もできますので、お気軽にお問い合わせください。

【コミュニティ】先輩による職業説明会 in 勤労会館2階

サポステを利用して就職した、さまざまな業界で活躍中の先輩たちが、本音で話してくれます。「やりがい」「職場の人間関係」など現在の仕事のことはもちろん、「就職までの道のり」や「苦労したこと」など、リアルな体験談を聞くことができます。



<まつどキャリアサポートデスク>
松戸市が取り組む非正規から正社員を目指す方の
就活を応援する事業で公共支援機関です

<対象者>

松戸市に在住または在勤の方で、

①15歳～54歳の非正規雇用の方 ②50歳～54歳で現在無業の方

※15～49歳の無業または週20時間未満で就労中の方は「まつどサポステ」をご利用ください

お申込み
お問合せ

松戸市委託事業/まつどサポステ

まつどキャリアサポートデスク

☎ 090-3111-1450

火・木・土(祝日休み) 10:00～16:00



アクセス:松戸駅西口徒歩8分